

Сезон: осень

Утверждено:
 Руководитель-сл. детский сад "Росинка"
 ГБОУ СОШ № 4 п.г.т. Безенчук
 О.Ю. Лутова

Меню 23 сентября 2024 г. (неделя 2, день 6)

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли (10,5 ч.)						Вес блюда	Энергетическая ценность туры рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность туры рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность туры рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность туры рецептуры	
		Б			Ж									У							
		Б	Ж	У	Б	Ж	У							Б	Ж	У					
Завтрак 1																					
	Каша молочная вязкая рисовая	150	5,3	9,8	48,0		182	200	7,0	13,0	64,0	7,0	13,0	64,0	7,0	13,0	64,0	7,0	13,0	64,0	
	Чай с сахаром	150	0,07	0	10,9		411	180	0,08	0	13,1	0,08	0	13,1	0,08	0	13,1	0,08	0	13,1	
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94		1	30/7	2,5	6,2	13,14	2,5	6,2	13,14	2,5	6,2	13,14	2,5	6,2	13,14	
Итого за завтрак			7,41	14,22	69,84		456,2		9,58	19,2	90,24	9,58	19,2	90,24	9,58	19,2	90,24	9,58	19,2	90,24	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1		42,2	100	0,54	0	10,1	42,2	100	0,54	0	10,1	42,2	100	0,54	0	10,1
Обед	Икра кабачковая	30	0,42	1,44	2,55		445	50	0,56	1,92	3,4	33,2	50	0,56	1,92	3,4	33,2	50	0,56	1,92	3,4
	Щи из свежей капусты с картофелем и фасолью на курином бульоне со сметаной	150	0,96	2,95	6,9		73	200	1,28	3,9	9,2	77,4	200	1,28	3,9	9,2	77,4	200	1,28	3,9	9,2
	Птица отварная	50	10,6	10,3	0,8		299	70	14,9	14,5	1,14	194,7	70	14,9	14,5	1,14	194,7	70	14,9	14,5	1,14
	Макароны отварные	110	3,96	4,62	26,84		199	130	4,68	5,46	31,72	195,0	130	4,68	5,46	31,72	195,0	130	4,68	5,46	31,72
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53		373	30	0,54	1,56	2,29	25,5	30	0,54	1,56	2,29	25,5	30	0,54	1,56	2,29
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4		394	180	0,07	0	19,6	78,8	180	0,07	0	19,6	78,8	180	0,07	0	19,6
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,32	10,9			30	2,43	0,39	13,08	66,3	30	2,43	0,39	13,08	66,3	30	2,43	0,39	13,08
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6			40	2,64	0,48	18,12	72,4	40	2,64	0,48	18,12	72,4	40	2,64	0,48	18,12
Итого за обед			20,36	21,03	79,52		579,15		27,1	28,21	98,55	743,3		27,1	28,21	98,55	743,3		27,1	28,21	98,55
Полдник	Плюшка с сахаром	70	5,25	9,24	43,63		424	80	6,3	10,56	48,72	313,6	80	6,3	10,56	48,72	313,6	80	6,3	10,56	48,72
	Молоко	160	4,48	5,12	6,56		420	180	5,04	5,76	7,4	101,7	180	5,04	5,76	7,4	101,7	180	5,04	5,76	7,4
Итого за полдник			9,73	14,36	50,19		364,8		11,34	16,32	56,12	415,3		11,34	16,32	56,12	415,3		11,34	16,32	56,12
Итого за день			38,04	49,61	209,65		1442,35		48,56	63,73	255,01	1800,3		48,56	63,73	255,01	1800,3		48,56	63,73	255,01